

# 泉崎南東北診療所 9月診療のご案内

【お願い】発熱症状、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）、味やにおいを感じない（味覚障害）などの症状がある方は、医療機関を受診する前に必ずかかりつけ医または県の「受診・相談センター」（電話0120-567-747）へ連絡してください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30~	小林利男 9/4, 11 整形外科・内科	小林利男 9/5, 11, 19 整形外科・内科	小林利男 9/6 整形外科・内科	小林利男 9/7, 14, 21 整形外科・内科	小林利男 9/1, 8 整形外科・内科	小林利男 9/2, 9, 16 整形外科・内科	休診
	内藤 梓 9/25 消化器内科・外科	内藤 梓 9/12, 19, 26 消化器内科・外科	内藤 梓 9/13, 20, 27 消化器内科・外科	内藤 梓 9/14, 21, 28 消化器内科・外科	内藤 梓 9/15, 22, 29 消化器内科・外科	総合南東北病院 心臓血管外科	
午後 受付時間 13:30~	北原正樹 内科・形成・皮膚	小林利男 9/5, 11, 19 整形外科・内科	小林利男 9/6 整形外科・内科	小林利男 9/7, 14, 21 整形外科・内科	小林利男 9/1, 8 整形外科・内科	小林利男 9/2, 9 整形外科・内科	休診
	緑川博文 9/4のみ診療 心臓血管外科	内藤 梓 9/12, 19, 26 消化器内科・外科	内藤 梓 9/13, 20, 27 消化器内科・外科	内藤 梓 9/14, 21, 28 消化器内科・外科	内藤 梓 9/15, 22, 29 消化器内科・外科	内藤 梓 9/30 消化器内科・外科	
(水曜は 14:30まで)	月曜日午後 (14:00~16:30)		水曜日受付 14:30まで	八木正樹 9/14のみ診療 小児科		小鹿山博之 第3土曜のみ診療 内科・脳外科	

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等はお問合せ下さい。  
電話53-2415 電話受付時間 8:30~17:00

※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医は0248-23-9909（しらかわ情報センター）で確認いただけます。

※金曜日の眼科は予約制となります。  
(事前に電話または窓口にてご予約下さい)

## ヘルパンギーナという病気を知っていますか？

口の中に直径1~2mmの小水泡ができるウイルス感染症です。  
令和5年度、感染警報がでた病気になります。  
(1週間の感染者数が過去10年で最多)

潜伏期間は2~4日。5歳以下の子供に多く大人も感染します。  
口の中や喉の痛みが強くなるため、  
子どもでは、食事がとれるかがポイントになります。  
食事がとれない場合は入院治療を行うことになります。  
ウイルス感染に対する特効薬はないため  
解熱鎮痛薬などを用いて症状を和らげる治療を行います。  
検査はのどや血液、便の中のウイルスをチェックします。

3大夏かぜの症状

プール熱



- のどの痛み
- 目の充血・かゆみ
- 40℃近い高熱
- 関節痛・頭痛・腹痛も

手足口病



- 手足に水ぶくれ
- 口内に糊膜疹又は口内炎
- 高くても38℃程度の発熱

ヘルパンギーナ



- 突然の39℃前後の発熱
- 口中の水疱
- のどの痛み・嘔吐・腹痛

## ~編集後記（広報委員のつぶやき）~

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続くと思います。熱中症対策として、こまめな水分補給、しっかり食事、睡眠をとるよう心がけましょう。室内でも熱中症になります。エアコン、扇風機などつけ室内の温度を25℃ぐらいに設定すると過ごしやすくなります。

広報委員会

◆個人情報保護方針に基づき、写真等は了承を得て掲載しています



# いずみざき南東北

第159号（令和5年9月発行）

回覧用



ホームページも随時更新中なので、ぜひご覧ください！  
<http://www.izumizaki-rehabili.com/>

No.4282-ISO 9001  
No.E2123-ISO 14001  
ISO9001・ISO14001 認証取得

◆泉崎南東北診療所

◆泉崎南東北  
リハビリテーション・ケアセンター

住所：泉崎村大字泉崎字山ヶ入56  
電話：0248-53-2415

◆泉崎南東北居宅介護支援事業所

◆泉崎南東北訪問看護ステーション

住所：泉崎村大字泉崎字山ヶ入101  
(泉崎村総合保健福祉センター内)  
居宅電話：0248-54-1888  
訪問看護電話：0248-53-3533

## 認知症について

【初期症状チェックリスト】

- 同じことを何度も話す・尋ねる  物の置き忘れが増え、よく探し物をする  以前はできた料理や買い物に手間取る
- お金の管理ができない  ニュースなど周りの出来事に関心がない  意欲がなく、趣味・活動をやめた
- 怒りっぽくなった・疑い深くなった。

「同じことを何度も話す・尋ねる」「物の置き忘れが増え、よく探し物をする」に当てはまる場合は、記憶障害が疑われます。「以前はできた料理や買い物に手間取る」「お金の管理ができない」場合は、物事を順序立てて考えたり実行したりすることができない実行機能障害が疑われます。「ニュースなど周りの出来事に関心がない」「意欲がなく、趣味・活動をやめた」といった意欲低下は、認知症の初期にみられる特徴的な症状です。「怒りっぽくなった・疑い深くなった」場合は、認知症の症状によって物事がうまくいかない心理的な要因が影響していると考えられます。たとえば記憶障害によって、財布などの置き場所がわからなくなると不安感が増し、疑い深くなります。自分で初期症状チェックを行うほか、家族などにもチェックしてもらいましょう。当てはまる項目が複数ある場合は、医師に相談しましょう。

【家事でもリハビリは可能】

料理や掃除、洗濯などの家事をうまく工夫すれば、自宅にいながらでもリハビリを行うことができます。高度な記憶力や複雑な判断力がないと家事はスムーズに行えません。しかし、家族と一緒に行動すると、家事を分担できることがあります。家事を分担することができれば、達成感や自信を得られるので、日常生活に張り合いができます。家事を一緒に行動するときのポイントは次の4つです。①一つ一つシンプルにお願いする②うまくいっていることを伝える③さりげなく手伝う(失敗を防ぐ)④感謝の気持ちを伝えるたとえば、カレーライスを作る場合、「じゃがいもとにんじんを包丁で切ってね」というように、「切る」という1つの作業をお願いします。切り終わったら「上手だね！」などうまくいっていることを伝えましょう。作業が止まり戸惑っている場合は、「次はにんじんを切るんだよね」などと、次の手順を先回りして伝え、さりげなく手伝います。一つの作業をやり終わったら、感謝の気持ちを言葉で伝えましょう。自分が必要とされていると感じることで家事に対する意欲がわき、次の行動につなげることができます。こうして自分の居場所や役割を生活の中で感じてもらうことが大切です。

## 9月号もくじ

- ①コラム
- ②診療所
- ③看護
- ④通所
- ⑤入所
- ⑥リハビリ
- ⑦編集後記
- ⑧お知らせ

## 《お知らせ》

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

- 診療を受ける方および付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。
- 診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

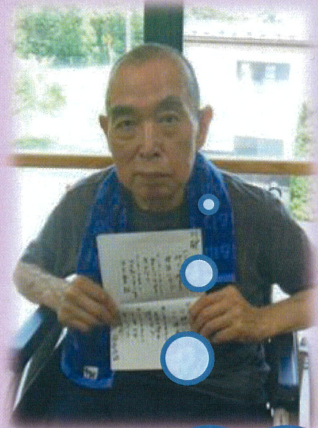
- 原則として、入所者への面会・外泊を禁止しております。
- 通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。
- 施設内および送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。
- ※泉崎公開講座の開催は当面見合わせます。何卒ご了承下さい。



## 通所リハビリ



お知らせです♪



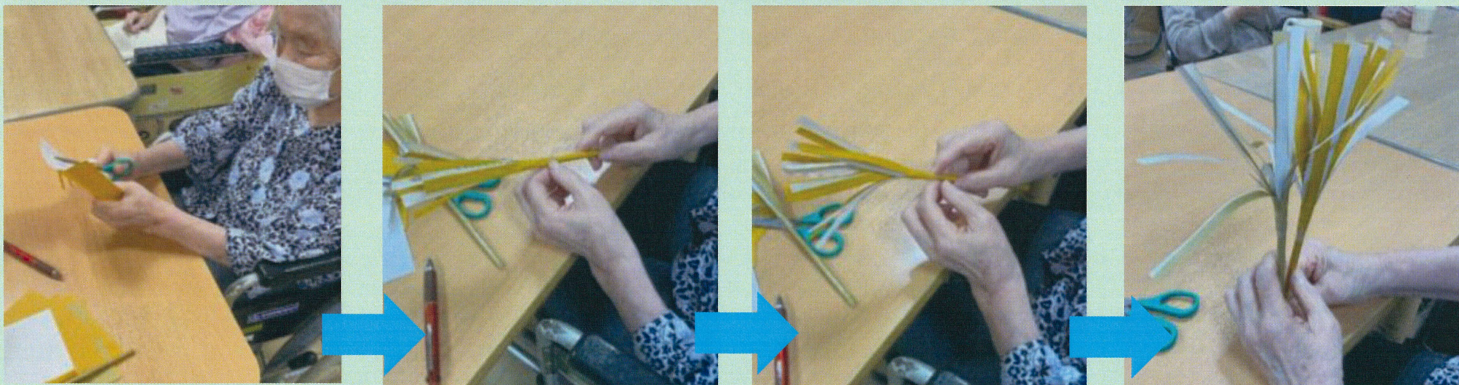
これからもたくさんの作品を執筆し掲載していきます♪

夏の代表花「ひまわり」を作成しました。皆で暑い夏を乗り切り運動を頑張っていきましょう

## リハビリテーション

指先などを動かすことで脳の血流量が高くなり、認知症予防や物忘れなどに効果があるとされています

【秋が近付いているので、折り紙でススキを作ってみました！！】



作業の中には、切る、組み立てる、貼るなどの工程があり、利用者様の今ある能力を生かして、季節にあった物を作成しました。作業を通して季節を感じたり、行事ごとの家族との思い出などを話していくと、会話の量もいつもより増えていきます。

## 入所



認知症ケアの一環として園芸療法を楽しみました。色とりどりの花に癒されながら皆さん熱心に取り組まれておりました。

